

**LAPORAN PENELITIAN
FIK UNM**



**ANALISIS KONTRIBUSI DAYA LEDAK LENGAN DAN KELENTUKAN
PERGELANGAN TANGAN TERHADAP KETERAMPILAN SERVIS PANJANG
PERMAINAN BULUTANGKIS PADA
MAHASISWA FIK UNM MAKASSAR**

Oleh

Drs. Andi Rizal, M.Kes
Hasyim, S.Pd., M.Pd
Muh. Syahrir, S.Pd., M.Pd

Di buatkan oleh UPP A.J. Negeri Makassar Nomor: 023/04-2/415222/2013, tanggal
5 Desember 2013. Sesuai Surat Keputusan Negeri Makassar Nomor: 1349/UN36/PL/2013
tanggal 03 Juni 2013

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR
2013**

**LAPORAN PENELITIAN
FIK UNM**



**ANALISIS KONTRIBUSI DAYA LEDAK LENGAN DAN KELENTUKAN
PERGELANGAN TANGAN TERHADAP KETERAMPILAN SERVIS PANJANG
PERMAINAN BULUTANGKIS PADA
MAHASISWA FIK UNM MAKASSAR**

Oleh

Drs. Andi Rizal, M.Kes
Hasyim, S.Pd., M.Pd
Muh. Syahrir, S.Pd., M.Pd

Di biayai oleh DIPA Universitas Negeri Makassar Nomor: 023.04.2.415222/2013, tanggal
5 Desember 2012. Sesuai Surat Keputusan Negeri Makassar Nomor: 1349/UN36/PL/2013
tanggal 03 Juni 2013

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR
2013**

RINGKASAN

ANALISIS KONTRIBUSI DAYA LEDAK LENGAN DAN KELENTUKAN PERGELANGAN TANGAN TERHADAP KETERAMPILAN SERVIS PANJANG PERMAINAN BULUTANGKIS PADA MAHASISWA FIK UNM MAKASSAR (Andi Rizal, Hasyim dan Muh. Syahrir, 2014, 82 halaman)

Masalah dalam penelitian ini yaitu apakah ada kontribusi daya ledak lengan dan kelentukan pergelangan tangan terhadap keterampilan servis panjang dalam permainan Bulutangkis Mahasiswa FIK UNM Makassar, dengan tujuan untuk mengetahui seberapa besar kontribusi daya ledak lengan dan kelentukan pergelangan tangan terhadap keterampilan servis panjang permainan bulutangkis. Oleh karena itu maka penelitian ini bersifat kontributif dengan menggunakan desain korelasional, yang melibatkan daya ledak lengan dan kelentukan pergelangan tangan sebagai variabel bebas dan keterampilan servis panjang sebagai variabel terikat. Adapun populasi mahasiswa putra FIK UNM Makassar, menggunakan sampel yang diperoleh secara random (simple random sampling) sebanyak 50 mahasiswa putra. Pengumpulan data variabel kelentukan pergelangan tangan menggunakan instrumen alat ukur "ACUMAR" Digital Inclinator, variabel daya ledak lengan menggunakan tes "Two hand medicine ball put test" dan tes keterampilan servis panjang yang sudah baku. Adapun analisis data menggunakan teknik analisis koefisien korelasi (Simple Correlation) dan regresi ganda (Multiple Regression). Dari hasil pengolahan data ketiga variabel penelitian ini dapat ditarik kesimpulan penelitian sebagai berikut : (1) Ada kontribusi yang signifikan daya ledak lengan terhadap keterampilan servis panjang permainan bulutangkis, sebesar = 54.80 % ($P=0.000$). (2) Ada kontribusi yang signifikan kelentukan pergelangan terhadap keterampilan servis panjang permainan bulutangkis, sebesar = 37.10 % ($P=0.000$). (3) Ada kontribusi yang signifikan daya ledak lengan, kelentukan pergelangan tangan terhadap keterampilan servis panjang permainan bulutangkis, sebesar = 63.40 % dimana nilai $F = 39.844$ ($P=0.000$) Prediksi keragaman keterampilan servis panjang permainan bulutangkis tercermin dalam persamaan regresi $Y = 28,460 + 1.774 X_1 + 0,364 X_2$.

SUMMARY

CONTRIBUTION ANALYSIS EXPLOSIVE POWER ARM AND WRIST FLEXIBILITY LONG SERVICE OF SKILL GAMES BADMINTON NIKKEN UNM STUDENTS MAKASSAR

Andi Rizal, Hasyim dan Muh. Syahrir
Physical Education Departement
Faculty of Sport Science
Stat University of Makassar

The problem in this study is whether there are contributions explosive arm and wrist flexibility to long service skills in student badminton games or FIK UNM Makassar, in order to determine the contribution of explosive power arm and wrist flexibility to serve the long game of badminton skills therefore hence this research is contributive using correlational design, which involves explosive power arm and wrist flexibility as independent variables and long service skills as the dependent variable. This research was conducted at UNM student population FIK son Makassar, using samples obtained at random (simple random sampling) of 50 student son. Collecting data using a variable flexibility wrist instrument measuring tool "ACUMAR" Digital Inclinator, variable explosive arm using tests "Two hand medicine ball put test" and a long service skills test is standard. The data were analyzed using correlation coefficient analysis techniques (Simple Correlation) and multiple regression (multiple regression). From the data processing three variables of this research study can be deduced as follows: (1) There is a significant contribution to the explosive power of the long arm of the service skills of the game of badminton, at = 54.80 % ($P = .000$). (2) There is a significant contribution to the wrist flexibility long service skills badminton game, at = 37.10 % ($P = .000$). (3) There is a significant contribution explosive power arm, wrist flexibility to long service skills badminton game, at = 63.40 % $R = 0.796$ where the value of $F = 39.844$ ($P = .000$). Prediction diversity badminton game long service skills are reflected in the regression equation $Y = 28.460 + 1.774 + 0.364 X_1, X_2$.

Lembar Identitas dan Pengesahan Laporan Akhir
Hasil Penelitian (PNBP Fakultas/Lemlit, Rutin, dan Mandiri)

1. a. Judul : Analisis kontribusi daya ledak lengan dan kelentukan pergelangan tangan terhadap kemampuan servis panjang permainan bulutangkis Mahasiswa FIK UNM Makassar
b. Bidang Ilmu : Pendidikan Olahraga
c. Kategori Penelitian* :

2. Ketua Peneli
a. Nama Lengkap dan Gelar : Drs. Andi Rizal, M.Kes
b. Jenis Kelamin : L/P
c. Pangkat/Golongan/NIP : Pembina /Iva
d. Jabatan Fungsional : Lektor Kepala
e. Fakultas/Jurusan : Pendidikan Olahraga/FIK
f. Universitas : Univ. Negeri Makassar

3. Jumlah Tim Peneliti : 3 Orang


4. Lokasi Penelitian : FIK UNM Makassar

5. Bila Penelitian ini merupakan peningkatan kerjasama kelembagaan sebutkan
a. Nama Instansi : -
b. Alamat : -

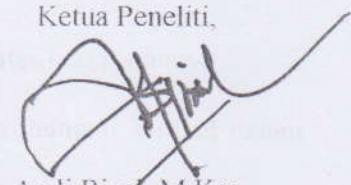
6. Jangka Waktu Penelitian : 3 bulan

7. Biaya yang dibelanjakan : Rp. 5.000.000,- (Lima Juta Rupiah)

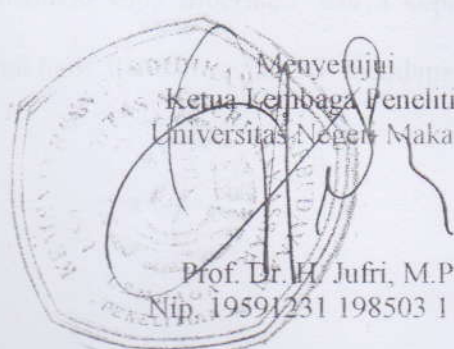
Mengetahui
Dekan FIK UNM Makassar


Drs. H. Arifuddin Usman, M.Kes
Nip. 19650331990031003

Ketua Peneliti,


Drs. Andi Rizal, M.Kes
Nip. 196411231990031002

Menyetujui
Ketua Lembaga Penelitian
Universitas Negeri Makassar


Prof. Dr. H. Jufri, M.Pd
Nip. 19591231 198503 1 001

PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT karena hanya dengan hidayah, rahmat dan arrahimNYA sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam laporan penelitian ini tidak menutup kemungkinan ditemukan kekurangan atau kekeliruan baik yang menyangkut isi maupun teknik penulisan yang mungkin diluar kemampuan penulis. Oleh karena itu dengan penuh harapan dan senang hati penulis mengharapkan kritik dan saran konstruktif untuk penyempurnaan laporan penelitian ini.

Dalam menyusun skripsi ini penulis telah banyak mendapat bantuan dari berbagai pihak, oleh karenanya pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Jufri, M.Pd. selaku Ketua Lembaga Penelitian Universitas Negeri Makassar, atas bantuan dan izinnya sehingga penelitian ini dapat terlaksana.
2. Bapak Drs. H. Arifuddin Usman, M.Kes. selaku Dekan FIK UNM Makassar, yang telah memfasilitasi pelaksanaan penelitian ini.
3. Bapak Ketua Jurusan dalam lingkungan FIK UNM Makassar atas kerjasamanya.
4. Seluruh mahasiswa FIK UNM Makassar yang telah bersedia menjadi sampel dalam penelitian ini.

Atas segala bantuan yang diberikan, hanya kepada Allah SWT Rabbul Alamin penulis memohon amal baik. Ibu dan saudara (i) mendapat Ridha dari Allah

Makassar,

2014

Peneliti,

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
RINGKASAN	ii
SUMMARY	iii
LEMBAR IDENTITAS DAN PENGESAHAN	iv
PRA KATA	v
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR GRAFIK	x
 BAB I PENDAHULUAN	 1
A. Latar Belakang	1
B. Perumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	7
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA, KERANGKA BERPIKIR DAN HIPOTESIS	 8
A. Tinjauan Pustaka	8
B. Kerangka Pikir	17
C. Hipotesis	18
 BAB III METODE PENELITIAN	 19
A. Variabel dan Desain Penelitian	19
B. Defenisi Operasional Variabel	20
C. Populasi dan Sampel	21
D. Teknik Pengumpulan Data	22
E. Teknik Analisis Data	25

BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	26
	A. Hasil Analisis Data	26
	B. Pembahasan	36
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	41
	A. Kesimpulan	41
	B. Saran	41
DAFTAR PUSTAKA		43
LAMPIRAN		45

DAFTAR TABEL

Nomor	Halaman
1. Rangkuman hasil analisis deskriptif data daya ledak lengan, kelentukan pergelangan tangan dan keterampilan servis panjang dalam permainan bulutangkis Mahasiswa FIK UNM Makassar	27
2. Rangkuman hasil uji normalitas data daya ledak lengan, dan keterampilan servis panjang dalam permainan bulutangkis mahasiswa FIK UNM Makassar	30
3. Rangkuman hasil analisis koefisien regresi tunggal antara data daya ledak lengan, kelentukan pergelangan tangan dan keterampilan servis panjang dalam permainan bulutangkis mahasiswa FIK UNM Makassar	32
4. Rangkuman hasil analisis koefisien korelasi tunggal antara daya ledak lengan dengan keterampilan servis panjang dalam permainan bulutangkis ...	33
5. Rangkuman hasil analisis koefisien korelasi ganda antara data daya ledak lengan, kelentukan pergelangan tangan dan keterampilan servis panjang dalam permainan bulutangkis mahasiswa FIK UNM Makassar	33

DAFTAR GAMBAR

Nomor	Halaman
1. Desain penelitian	20

DAFTAR GRAFIK

Nomor	Halaman
1. Grafik daya ledak lengan	28
2. Grafik kelentukan pergelangan tangan	29
3. Grafik keterampilan servis panjang bulutangkis	29

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kemajuan teknologi dan perkembangan ilmu pengetahuan banyak memberi temuan-temuan baru tentang upaya peningkatan prestasi cabang olahraga bulutangkis khususnya servis panjang. Upaya tersebut tercermin pada banyaknya perkumpulan atau klub olahraga membina cabang olahraga bulutangkis. Demikian pula perhatian terhadap kegiatan bulutangkis disekolah dan perguruan tinggi melalui perkuliahan dan pembinaan yang dilakukan dengan wadah BKMFB bulutangkis..

Untuk menampilkan suatu teknik dalam permainan Bulutangkis yang baik, setiap pemain harus menguasai teknik yang ada dalam permainan dalam permainan Bulutangkis dengan baik dan benar serta rangkaian gerakan di dalamnya, antara lain berupa sikap permulaan yang baik, gerakan pelaksanaan teknik, dan gerakan lanjutan yang baik pula. Namun demikian dukungan factor fisik sangat menunjang keberhasilan penguasaan teknik dalam permainan dalam permainan Bulutangkis

Permainan Bulutangkis sebagai salah satu cabang olahraga yang cukup terkenal di masyarakat Sulawesi Selatan. Permainan ini dikenal dan dapat dimainkan oleh berbagai tingkat umur baik putra maupun putri dari berbagai lapisan masyarakat

Makin berkembangnya cabang olahraga ini disebabkan karena olahraga ini mempunyai daya tarik tersendiri di mana gerakan-gerakannya yang menarik seperti melakukan gerakan servis panjang yang cepat dan kuat, untuk mengecoh lawan sehingga dapat memperoleh poin, karena lawan mengalami kesukaran mengembalikan cock ini disebabkan lawan berada diluar posisi siap mengembalikan bola. Semakin berkembangnya

cabang olahraga ini akan memberikan peluang bagi para penggemar bulutangkis untuk mengembangkan prestasinya. Untuk dapat berprestasi dalam suatu cabang olahraga, terlebih dahulu harus diperhatikan adalah penguasaan teknik dasar dalam cabang olahraga tersebut khususnya keterampilan melakukan servis panjang atau servis cambukan.

Dalam cabang olahraga permainan bulutangkis beberapa teknik dasar yang perlu dikuasai jika ingin menjadi pemain dengan memiliki keterampilan bermain yang baik, diantaranya adalah teknik servis panjang salah satu bentuk servis tersebut adalah servis panjang. Teknik dasar servis panjang dalam permainan bulutangkis merupakan salah satu teknik yang sangat berperan dalam permainan, dengan melalui servis panjang akan dapat melemahkan pertahanan lawan, sehingga lawan tidak dapat melakukan serangan balik. Servis panjang yang tidak dapat diduga arah dan datangnya menyebabkan sukar dikembalikan oleh lawan, berarti memberikan peluang untuk memperoleh poin dalam suatu pertandingan. Dari sisi lain misalnya, suatu permainan dalam permainan bulutangkis tanpa ada teknik servis yang baik, kelihatannya permainan tidak menarik bahkan dapat dikatakan tidak berkualitas. Oleh karena begitu pentingnya peranan servis dalam permainan bulutangkis, maka perlu ditelusuri faktor-faktor yang menunjang dalam penguasaan teknik servis panjang dalam permainan bulutangkis.

Usaha untuk meningkatkan atau mencapai prestasi dalam permainan bulutangkis dengan melalui penguasaan teknik dasar yang ada seperti servis panjang atau cambukan, tentu memerlukan latihan-latihan yang ditunjang oleh kemampuan kondisi fisik dan karakteristik fisik yang baik. Beberapa kondisi fisik yang perlu diperhatikan dalam permainan dalam permainan Bulutangkis khususnya pelaksanaan teknik servis panjang adalah daya ledak lengan, dan kelenturan pergelangan tangan

Servis panjang dalam permainan bulutangkis merupakan gerakan yang sangat kompleks, yang dimulai dari gerakan awal, gerakan pelaksanaan sampai pada gerakan lanjutan. Sehubungan dengan hal Kemajuan teknologi dan perkembangan ilmu pengetahuan banyak memberi temuan-temuan baru tentang upaya peningkatan prestasi cabang olahraga bulutangkis. Upaya tersebut berupa penguasaan keterampilan gerak teknik termasuk keterampilan teknik melakukan servis panjang, teknik tersebut merupakan salah satu teknik yang cukup merepotkan pengembaliannya disebabkan karena pengambilannya jauh dibelakang lapangan, sehingga pengembaliannya mudah diterka arah bola oleh lawan. Namun demikian servis ini membutuhkan keterampilan yang baik untuk memukul dan mengarahkan bola pada daerah sisi belakang lapangan permainan, dan ini sangat membutuhkan pula kemampuan mengontrol bola baik baik. Keterampilan ini dapat dikuasai pada pemain yang sudah mengetahui dan menguasai teknik permainan bulutangkis. Untuk itu maka mahasiswa FIK UNM sebagai salah satu lembaga yang membina dan mengajarkan permainan bulutangkis sebagai salah satu mata kuliah wajib, dengan demikian dapat dianggap bahwa mahasiswa yang telah lulus mata kuliah bulutangkis memiliki keterampilan melakukan servis panjang yang sudah ditunjang oleh kemampuan fisik untuk melakukan servis panjang bulutangkis, sehingga layak untuk dilakukan upaya penelitian mengetahui kontribusi unsure penunjang tersebut antara lain: daya ledak lengan dan kelenturan pergelangan tangan.

Untuk menampilkan suatu teknik dalam permainan Bulutangkis yang baik, setiap pemain harus menguasai teknik yang ada dalam permainan Bulutangkis dengan baik dan benar serta rangkaian gerakan di dalamnya, antara lain berupa sikap permulaan yang baik, gerakan pelaksanaan teknik, dan gerakan lanjutan yang baik pula. Namun demikian

dukungan factor fisik sangat menunjang keberhasilan penguasaan teknik servis panjang dalam permainan Bulutangkis

Permainan Bulutangkis sebagai salah satu cabang olahraga yang cukup terkenal di masyarakat Sulawesi Selatan. Permainan ini dikenal dan dapat dimainkan oleh berbagai tingkat umur baik putera maupun puteri dari berbagai lapisan masyarakat

Makin berkembangnya cabang olahraga ini disebabkan karena olahraga ini mempunyai daya tarik tersendiri di mana gerakan-gerakannya yang menarik seperti melakukan gerakan servis panjang yang cepat dan kuat sehingga bola(*cock*), untuk merepotkan lawan sehingga dapat memperoleh poin, karena lawan mengalami kesulitan mengembalikan *cock* ini disebabkan lawan berada diluar posisi siap mengembalikan bola. Semakin berkembangnya cabang olahraga ini akan memberikan peluang bagi para penggemar bulutangkis untuk mengembangkan prestasinya. Untuk dapat berprestasi dalam suatu cabang olahraga, terlebih dahulu harus diperhatikan adalah penguasaan teknik dasar dalam cabang olahraga tersebut khususnya keterampilan melakkan servis panjang atau servis cambukan.

Dalam cabang olahraga permainan bulutangkis beberapa teknik dasar yang perlu dikuasai jika ingin menjadi pemain dengan memiliki keterampilan bermain yang baik, diantaranya adalah teknik servis panjang salah satu bentuk servis tersebut adalah servis panjang. Teknik dasar servis panjang dalam permainan bulutangkis merupakan salah satu teknik yang sangat berperan dalam permainan, dengan melalui servis panjang akan dapat melemahkan pertahanan lawan, sehingga lawan tidak dapat melakukan serangan balik. Servis panjang yang tidak dapat diduga arah dan datangnya menyebabkan sukar dikembalikan oleh lawan, berarti memberikan peluang untuk memperoleh poin dalam suatu pertandingan. Dari sisi lain misalnya, suatu permainan dalam permainan bulutangkis

tanpa ada teknik servis yang baik, kelihatannya permainan tidak menarik bahkan dapat dikatakan tidak berkualitas. Oleh karena begitu pentingnya peranan servis dalam permainan bulutangkis, maka perlu ditelusuri faktor-faktor yang menunjang dalam penguasaan teknik servis panjang dalam permainan bulutangkis.

Usaha untuk meningkatkan atau mencapai prestasi dalam permainan bulutangkis tentu harus melalui penguasaan teknik dasar yang ada seperti servis panjang atau servis cambuk, tentu memerlukan latihan-latihan yang ditunjang oleh kemampuan kondisi fisik dan karakteristik fisik yang baik. Beberapa kondisi fisik yang perlu diperhatikan dalam permainan dalam permainan Bulutangkis khususnya pelaksanaan teknik servis panjang adalah daya ledak lengan, dan kelentukan pergelangan tangan

Servis panjang yang baik seorang pemain dituntut kekuatan dan kecepatan lengan khususnya tangan secara simultan yang dikenal dengan istilah power atau daya ledak lengan, namun perlu diingat bahwa, bagi orang yang tidak mempunyai kelentukan pergelangan tangan yang baik sehingga mampu melakukan gerakan control terhadap arah dan kekuatan pukulan terhadap *cock*, untuk itu tentu sangat membutuhkan kelentukan pergelangan tangan untuk menggerakkan raket dengan kuat dan cepat secara terkontrol pada saat perkenaan *cock*. Dengan demikian daya ledak dan kelentukan pergelangan tangan dalam permainan bulutangkis, khususnya dalam pelaksanaan servis panjang sangat diperlukan.

Berdasarkan uraian tentang bagaimana pentingnya keterampilan teknik dasar cabang olahraga bulutangkis serta faktor-faktor pendukungnya, maka tingkat keterampilan servis panjang dalam permainan bulutangkis sangat penting untuk diketahui tentang kontribusi faktor penunjang berupa daya ledak lengan dan kelentukan pergelangan tangan terhadap keterampilan melakukan servis panjang pada mahasiswa FIK UNM Makassar.

Untuk itu peneliti mengangkat tema penelitian sebagai berikut “Analisis kontribusi daya ledak lengan dan kelentukan pergelangan tangan terhadap keterampilan servis panjang dalam permainan bulutangkis Mahasiswa FIK UNM Makassar”.

B. Rumusan Masalah.

Berdasarkan uraian pada latar belakang, maka rumusan masalah dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut:

1. Apakah ada kontribusi daya ledak lengan terhadap keterampilan Servis Panjang dalam permainan bulutangkis Mahasiswa FIK UNM Makassar .
2. Apakah ada kontribusi kelentukan pergelangan tangan terhadap keterampilan Servis Panjang dalam permainan bulutangkis Mahasiswa FIK UNM Makassar
3. Apakah ada kontribusi antara daya ledak lengan, kelentukan pergelangan tangan terhadap keterampilan Servis Panjang dalam permainan bulutangkis Mahasiswa FIK UNM Makassar.

C. Tujuan Penelitian.

Setiap kegiatan penelitian yang akan dilakukan mempunyai tujuan yang ingin dicapai. Menurut Ine L. Amirman (1993 : 34) mengemukakan bahwa : Tujuan penelitian hendaknya jelas dan kongrit sehingga memudahkan untuk dinilai ketercapaiannya pada akhir penelitian. Berdasarkan pendapat tersebut, maka tujuan penelitian ini dirumuskan sebagai berikut berikut:

- a. Untuk mengetahui apakah ada kontribusi daya ledak lengan terhadap keterampilan Servis Panjang dalam permainan bulutangkis Mahasiswa FIK UNM Makassar .
- b. Untuk mengetahui apakah ada kontribusi kelentukan pergelangan tangan terhadap keterampilan Servis Panjang dalam permainan bulutangkis Mahasiswa Makassar .

- c. Untuk mengetahui apakah ada kontribusi daya ledak lengan, kelentukan pergelangan tangan terhadap keterampilan Servis Panjang dalam permainan bulutangkis Mahasiswa Makassar

D. Manfaat Penelitian

Dengan selesainya penelitian ini sangat diharapkan member memberikan hasil yang dapat dipertanggung jawabkan secara ilmiah, sehingga diperoleh manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Ilmiah :

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi informasi ilmiah yang bermanfaat tentang besarnya sumbangan komponen kondisi fisik daya ledak lengan dan kelentukan pergelangan tangan dan melakukan servis panjang dalam permainan bulutangkis mahasiswa FIK UNM Makassar

2. Manfaat Praktis :

- a. Sebagai pedoman bagi para pelatih, guru olahraga dan atlet perlunya memperhatikan daya ledak lengan dan kelentukan pergelangan tangan untuk pengembangan keterampilan servis panjang dalam permainan bulutangkis
- b. Menambah literatur cabang olahraga permainan bulutangkis khususnya keterampilan servis panjang bagi guru olahraga, mahasiswa FIK UNM Makassar dan pemain bulutangkis lainnya

Untuk menjadi bahan pertimbangan para mahasiswa FIK UNM Makassar, guru, dan pelatih, olahraga bulutangkis, bahwa daya ledak lengan dan kelentukan pergelangan tangan sangat menunjang dalam upaya meningkatkan keterampilan servis panjang dalam permainan bulutangkis.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA KERANGKA PIKIR

DAN HIPOTESIS

A. Tinjauan Pustaka

Servis dalam permainan bulutangkis, dapat dianalogikan dengan pelayan di restoran. Pelayan yang baik akan menyediakan jasa yang baik dan menerima tip yang baik pula. Dalam permainan bulutangkis, servis yang baik akan memberikan kesempatan yang baik pula untuk mencetak angka dan memenangkan permainan. Untuk mendapatkan servis legal, kontak dengan cock harus dilakukan dengan tangkai raket harus mengarah kebawah atau pegangan raket harus lebih tinggi dari daun raket sebelum memukul cock sebagai tanda dimulainya permainan.

Servis panjang dalam permainan pulutangkis yang dimaksud adalah tingkat kecakapan mahasiswa dalam melakukan servis panjang dalam permainan bulutangkis dengan cara menerbangkan cock setinggi tingginya dan jatuh di daerah belakang bidang lapangan lawan. Gerakan dalam melakukan pukulan servis panjang adalah sama dengan cara melakukan servis biasa, tetapi dengan mengerahkan kekuatan dan kecepatan ayunan lengan secara penuh, sehingga shuttlecock yang dipukul harus diusahakan jatuh menurun secara tegak lurus ke bawah di suatu daerah/tempat sekitar garis batas belakang daerah lawan. Dengan demikian cock lebih sulit untuk diperkirakan dan dipukul, sehingga semua pengembalian lawan kurang efektif.

1. Kemampuan servis panjang

Yang dimaksud servis panjang adalah pukulan yang dilakukan dengan cara

menerbangkan shuttle cock setinggi-tingginya dan jatuh kegaris belakang bidang lapangan lawan. Pukulan panjang untuk permainan tunggal harus dilakukan dengan cara memukul shuttle cock dengan kekuatan dan kecepatan yang penuh Shuttlecock yang dipukul harus diusahakan jatuh menuiun secara tegak lurus ke bawah di suatu tempat digaris belakang lapangan fihak lawan terutama diarahkan di sudut-sudut perpotongan antara garis tepi untuk permainan tunggal dan perpotongan antara garis tengah dengan garis belakang untuk service permainan tunggal. Pelaksanaan melakukan servis panjang adalah meletakkan kedua kaki sekitar 70 cm dari garis service pendek dan 10 cm dari garis tengah, kaki kiri dilangkahkan kedepan selebar 30 cm sehingga posisi kedua kaki berada didepan dan dibelakang, (bilapemain itu kidal, kalau kidal beraarti sebaliknya). Berat badan berada ditengah-tengah kedua kaki. Ayunan tangan yang memegang raket ditarik kebelakang sehingga posisi tangan setinggi bahu. Gerakan memukul dimulai mengayunkan raket kedepan, setelah ayunan sampai didepan badan, shuttle cock yang dipegang tangan kiri kemudian dijatuhkan didepan samping badan, sehingga posisi shuttle cock dan raket yang akan diayunkan akan bertemu atau impact diantara lutut dan pinggang. Pada saat perkenaan antara shuttle-cock dan raket, baru dicambukan dengan pergelangan tangan sehingga akan menghasilkan pukulan yang keras. Gerakan lanjutan dari melakukan pukulan service lob ini sampai berada didepan atas badan. Seluruh gerakan cara memukul ini dimulai dari gerakan kaki, badan, ayunan tangan dan terakhir dilanjutkan dengan mencambukan pergelangan tangan. Pada saat memukul perpindahan berat badan dimulai dari kaki belakang ke kaki yang ada didepan. Perlu diperhatikan agarkaki yang berada dibelakang, pada waktu memukul jangan sampai terangkat, ini merupakan suatu kesalahan yang sering dilakukan oleh pemain tanpa disadarinya. Tujuan dan maksud menggunakan pukulan service panjang ini ialah untuk menekan posisi pihak lawan ke garis

belakang, agar supaya lapangan bagian depan menjadi kosong. Bila ini terjadi maka penempatan shuttlecock ditujukan kesasaran lapangan bagian depan. Tetapi harus diingat bahwa melakukan pukulan service panjang ini harus hati-hati karena biasanya pihak lawan akan menyerang dengan pukulan yang keras dan curam sehingga perlu waspada untuk menangkis serangan tersebut

Adapun teknik pelaksanaan servis panjang dalam permainan bulutangkis dianalisis sebagai berikut: dimulai atau diawali dengan fase persiapan, fase pelaksanaan, dan fase gerakan lanjutan. Tony Grice (2007:26) sebagai berikut:

1. Fase Persiapan

- a) Menggunakan grip handshake atau pistol
- b) Posisi berdiri satu kaki di depan dan satu kaki di belakang
- c) Pegang cock pada ketinggian pinggang
- d) Letakkan berat badan pada kaki belakang
- e) Tangan yang memegang raket melakukan backswing
- f) Pergelangan tangan ditekukkan

2. Fase Pelaksanaan

- a) Berat badan dipindahkan
- b) Gunakan gerakan menelungkupkan tangan bagian bawah dan sentakkan pergelangan tangan
- c) Lakukan kontak bola dengan raket (impect) pada ketinggian lutut
- d) Bola akan melambung tinggi dan jauh

3. Fase lanjutan (Follow-Through)

- a) Akhiri gerakan dengan raket mengarah ke atas lurus dengan gerakan cock
- b) Silangkan raket di depan dan dia atas bahu tangan yang tidak memegang raket
- c) Putar pinggul dan bahu
- d) Akhiri gerakan mengayun dengan cepat untuk kembali ke posisi siap

Kedua tangan menyelesaikan gerakan dan bersiap-siap untuk menghadapi pengembalian cock yang cepat

2. Daya Ledak Lengan

Daya ledak adalah suatu istilah yang berasal dari kata explosion (Inggeris) yang artinya letusan, dan disadur ke dalam Bahasa Indonesia untuk membahasakan tentang

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil penelitian yang dipaparkan berdasarkan kajian teori dikemukakan dalam tinjauan pustaka dan kerangka berpikir serta hasil analisis data, maka dapat ditarik kesimpulan penelitian dapat dirumuskan sebagai berikut:

4. Ada kontribusi yang signifikan daya ledak lengan terhadap keterampilan servis panjang dalam permainan bulutangkis mahasiswa FIK UNM Makassar.
5. Ada kontribusi yang signifikan kelentukan pergelangan tangan terhadap keterampilan servis panjang dalam permainan bulutangkis mahasiswa FIK UNM Makassar.
6. Ada kontribusi yang signifikan daya ledak lengan dan kelentukan pergelangan tangan terhadap keterampilan servis panjang dalam permainan bulutangkis mahasiswa FIK UNM Makassar.

B. Saran - Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulannya, maka dapat dikemukakan saran-saran sebagai berikut :

1. Bagi para pembina maupun pelatih olahraga permainan bulutangkis, disarankan bahwa dalam upaya meningkatkan keterampilan servis panjang dalam permainan bulutangkis bagi atletnya hendaknya perlu memperhatikan unsur-unsur yang dapat menunjang dalam meningkatkan keterampilan servis panjang, yaitu khususnya komponen kondisi fisik kelentukan daya ledak lengan dan pergelangan tangan.
2. Bagi para mahasiswa, direkomendasikan bahwa pemain perlu dibekali pengetahuan tentang pentingnya mengembangkan unsur fisik daya ledak lengan dan kelentukan

pergelangan tangan, karena komponen tersebut sangat berperan dan mendukung pencapaian keterampilan melakukan gerakan servis panjang dalam permainan bulutangkis.

3. Demi keterandalan hasil penelitian ini, masih diperlukan penelitian yang sejenis dengan melibatkan variabel-variabel yang lain yang relevan serta dengan populasi yang lebih luas

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto Suharsimi, 1996. Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek. Penerbit Rineka Cipta, Jakarta.
- Brian J. Sharkey, Kebugaran & Kesehatan (Jakarta: Rajagrafindo Persada, 2003),p.181
- Hadi Sutrisno. 1990. Analisis regresi. Penerbit Andi Off set, Yokyakarta.
- Halim Ichsan Nur. 2004. Tes dan Pengukuran Kesegaran Jasmani. Cetakan Pertama. Badan Penerbit Unversitas Negeri Makassar. Makassar
- Harsono. 1988. Coaching dan aspek-aspek psikologis dalam coaching. Depdikbud Dirjen P2LPTK, Jakarta.
- Ine I. Amirman Yusda. 1993. Penelitian dan Statistik Pendidikan. Penerbit Bumi Aksara. Jakarta.
- Jasep Nossek, General Theory of Training (Lagos: Pan African Press Ltd, 1982),p. 89.
- Johnson, M. L. 1982. Bimbingan Permainan Bulutangkis. Penerbit Mutiara. Jakarta.
- Kadir, Ateng. Abdul, 1992 Asas dan Landasan Pendidikan Jasmani. Jakarta. Dirjen Dikti PPLPTK Depdikbu RI.
- Peter J.L. Thompson, Introduction to Coaching Theory (London: IAAF 3 Hans Crescent, Knightsbridge, SWIX OLN, 1991), p. 518
- Pujianto , dkk. 1979. Dasar Bermain Bulutangkis. Penerbit Klaten.
- Rahantoknam, B.E., 1988, Belajar motorik: Aplikasinya dalam pendidikan jasmani dan olahraga, Depdikbud, Dirjen dikti, P2LPTK, Jakarta.
- Russel R Pate, Bruce McClenaghan, Robert Rotella. Dasar-dasar Ilmiah Kepelatihan diterjemahkan oleh Kasiyo D), Semarang IKIP Semarang Press, 1993), p.301
- Sajoto M. 1988. Pembinaan kondisi fisik dalam olahraga. Depdikbud Dirjen Dikti, Jakarta.
- Soedarminto. 1991. Kinesiologi. Depdikbud Dirjen Dikti Jakarta.
- Soetarman. 1987. Dasar-dasar olahraga untuk pembina, pelatih dan atlet. Penerbit Medya surya Grafindo, Jakarta.
- Sugiyono, 1999. Statistika Untuk Penelitian. CV. Alfabeta, Bandung
- Sulaiman W., 1999. SPSS for windows. Versi 9.0., SPSS Inc., USA.

Tohar. 1992. Olahraga Pilihan Bulutangkis. Depdikbud Dirjen Pendidikan Tinggi. Proyek Pembinaan tenaga Kependidikan. Jakarta.

Thomas, J.R., Nelson, J.K., 1990. Research Methods In Physical Activity. Human Kinetic Book, Champaign, Illinois.

Tony Grice. 2007. Bulutangkis : Petunjuk untuk pemula dan lanjutan. Penerbit PT.

Rajagrafindo Persada, Jakarta



Kampus UNM Jl. A. Pangerang Pettarani, Makassar - 90222
(0411) 868879 - 884533 Fax. 868879

Telepon (0411) 868879 - 884533 Fax. 868879 Email: lemlitunm@yahoo.co.id

- * Puslit Kependudukan dan Lingkungan Hidup
* Puslit Pemberdayaan Perempuan
* Puslit Budaya dan Seni Etnik Sulawesi
- * Puslit Makanan Tradisional, Gizi dan Kesehatan
* Puslit Pengembangan Ilmu Pendidikan
* Puslit Pemuda dan Olah Raga

**SURAT PERJANJIAN
PELAKSANAAN PENELITIAN PNBPN FIK UNM
NOMOR : 464/UN36.9/PL/2013**

Pada hari ini **Senin** tanggal **Satu** bulan **Juli** tahun **Dua ribu tiga belas**, kami yang bertanda tangan di bawah ini:

- 1 Prof. Dr. H. Jufri, M.Pd

: Ketua Lembaga Penelitian Universitas Negeri Makassar dalam hal ini bertindak atas nama Perguruan Tinggi Universitas Negeri Makassar, selanjutnya disebut **PIHAK PERTAMA**.

- 2 Drs. Arifuddin Usman, M.Kes

Dekan FIK Universitas Negeri Makassar dalam hal ini bertindak sebagai Ketua Proyek Pelaksanaan Penelitian PNPB FIK Universitas Negeri Makassar, selanjutnya disebut **PIHAK KEDUA**.

- 3 Drs. Andi Rizal, M.Kes

Dosen FIK Universitas Negeri Makassar dalam hal ini bertindak sebagai Ketua Pelaksana Penelitian PNPB FIK Universitas Negeri Makassar, selanjutnya disebut **PIHAK KETIGA**.

ketiga belah pihak secara bersama-sama bersepakat mengikatkan diri dalam suatu perjanjian pelaksanaan penelitian dengan ketentuan dan syarat-syarat yang diatur dalam pasal-pasal berikut:

Pasal 1

PIHAK PERTAMA memberi tugas kepada PIHAK KEDUA, dan PIHAK KEDUA menerima tugas tersebut untuk mengkoordinir pelaksanaan tugas penelitian dan PIHAK KETIGA melaksanakan Penelitian dengan judul:

Analisis Kontribusi Daya Ledak Lengan dan Kelentukan Pergelangan Tangan terhadap Keterampilan Servis Panjang Permainan Bulutangkis pada Mahasiswa FK UNM Makassar

Pasal 2

BAK KEDUA memberikan dana penelitian sebagaimana dimaksud pada pasal 1 sebesar Rp. **5,000,000 (Lima juta rupiah)** sesuai Surat Keputusan Rektor Universitas Negeri Makassar Nomor: 1349/UN36/PL/2013 tanggal 03 Juni 2013 yang dibebankan kepada DIPA Universitas Negeri Makassar Nomor: 200.2.1.2013.

Pasal 3

- (1) Dana kegiatan pelaksanaan penelitian PNBP FIK UNM sebagaimana di maksud pada pasal 2 akan di bayarkan ke rekening **PIHAK KETIGA**:-

Nama pada Rekening : **DRS. ANDI RIZAL, M.KES**

Nomor Rekening/Bank : **0225-01-047197-50-7 (Bank BRI)**

- (2) **PIHAK PERTAMA** berkewajiban mengorganisir dan memfasilitasi :
Seminar penelitian, sesuai fungsi dan peran Lembaga Penelitian Universitas Negeri Makassar.

Pasal 4

- (1) Penelitian ini dilaksanakan selama 4 bulan (Juli s.d. Oktober 2013), terhitung dari tanggal yang tercantum dalam surat perjanjian pelaksanaan penelitian.
- (2) Apabila **PIHAK KETIGA** karena satu dan lain hal bermaksud mengubah pelaksanaan lokasi/jangka waktu yang telah disepakati dalam perjanjian ini maka **PIHAK KETIGA** harus mengajukan permohonan tersebut kepada **PIHAK PERTAMA**.
- (3) Perubahan pelaksanaan penelitian hanya dibenarkan apabila telah mendapat persetujuan lebih dahulu dari **PIHAK PERTAMA**.
- (4) Apabila batas waktu penelitian telah habis sedangkan **PIHAK KETIGA** belum menyerahkan hasil pekerjaan seluruhnya kepada **PIHAK PERTAMA**, maka **PIHAK KETIGA** dikenakan denda sebesar 1‰ (satu permil) setiap hari keterlambatan dihitung dari tanggal jatuh tempo yang ditetapkan dan atau maksimal 5% (lima persen) dari jumlah nilai keseluruhan.
- (5) Apabila **PIHAK KETIGA** tidak dapat memenuhi pekerjaan pelaksanaan tugas penelitian ini sesuai Kontrak Penelitian sebagaimana yang dimaksud ayat 1 tersebut maka **PIHAK KETIGA** wajib mengembalikan kepada **PIHAK KEDUA** dana penelitian yang diterimanya, untuk selanjutnya disetor ke Kas Negara.

Pasal 5

PIHAK KETIGA berkewajiban untuk:

- (1) Menjamin bahwa judul penelitian sebagaimana disebut pada pasal 1 bukan plagiat atau duplikasi penelitian. Jika ternyata bahwa penelitian yang dilakukan adalah plagiat atau duplikasi dan/atau diperoleh indikasi ketidak jujuran dan itikat yang kurang baik yang tidak sesuai dengan kaidah ilmiah, maka penelitian tersebut dinyatakan batal, dan **PIHAK KETIGA** berkewajiban mengembalikan semua dana yang telah diterima dari **PIHAK KEDUA**, untuk selanjutnya disetor ke Kas Negara. Di samping itu akan di proses sesuai ketentuan perundang-undangan yang berlaku.
- (2) Menyampaikan laporan akhir hasil penelitian kepada **PIHAK PERTAMA** sebanyak 3 (tiga) eksemplar bersama dengan artikel ilmiah dan luaran lainnya sesuai Standar Penulisan Karya Ilmiah yang Terakreditasi dan 1 (satu) buah soft copynya.

Pasal 6

Laporan hasil akhir penelitian yang tersebut pada pasal 5 harus memenuhi ketentuan sebagai berikut:

- a. Bentuk/ukuran kertas kuarto.
- b. Warna sampul Coklat Tua dan Cetak Punggung.
- c. Di bawah bagian kulit ditulis:

Di biayai oleh

DIPA Universitas Negeri Makassar

Nomor: 023.04.2.415222/2013, tanggal 5 Desember 2012

Sesuai Surat Keputusan Rektor Universitas Negeri Makassar

Nomor: 1349/UN36/PL/2013 tanggal 03 Juni 2013

Pasal 7

Hal-hal dan/atau segala sesuatu yang berkenaan dengan kewajiban pajak berupa:

1. Pembelian barang dan jasa PPN 10% PPh 22 1,5%
2. Belanja honorarium PPh Pasal 21:
 - a. 5% bagi yang memiliki NPWP untuk golongan III, dan 6% bagi yang tidak memiliki NPWP.
 - b. Untuk golongan IV sebesar 15%.
3. Dan Pajak – Pajak lain sesuai ketentuan yang berlaku.
4. Pajak-pajak tersebut dibayarkan oleh **PIHAK KETIGA** ke Kas Negara sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Pasal 8

- 1) Hak Kekayaan Intelektual yang dihasilkan dari pelaksanaan program Penelitian tersebut diatur dan dikelola sesuai dengan peraturan dan perundang-undangan yang berlaku.
- 2) Hasil Penugasan Penelitian berupa peralatan dan/atau alat yang dibeli dari kegiatan penelitian ini adalah milik negara yang dapat dihibahkan kepada Lembaga lain melalui Surat Keterangan Hibah

Pasal 9

- 1) Apabila terjadi perselisihan antara ketiga belah pihak dalam pelaksanaan perjanjian ini akan dilakukan penyelesaian secara musyawarah dan memilih pengadilan negeri apabila tidak tercapai penyelesaian secara musyawarah.

- 2) Hal-hal yang belum diatur dalam perjanjian ini diatur kemudian oleh kedua belah

UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR
LEMBAGA PENELITIAN

Pasal 10

Surat perjanjian pelaksanaan penelitian ini dibuat rangkap 3 (tiga), dua diantaranya bermaterai cukup sesuai dengan ketentuan yang berlaku, dan biaya materainya dibebankan kepada **PIHAK KETIGA**.

PIHAK PERTAMA

Ketua Lembaga Penelitian UNM,



Prof. Dr. H. Jufri, M.Pd
NIP. 19591231 198503 1 016

PIHAK KEDUA

Dekan FIK UNM,



Arifuddin Usman, M.Kes
NIP. 19650313 199003 1 003

PIHAK KETIGA

Ketua Peneliti,



Drs. Andi Rizal, M.Kes
NIP. 19641123 199003 1 002



UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR
LEMBAGA PENELITIAN

Menara Pinisi Lt. 10-11 Kampus UNM Jl. A. Pangerang Pettarani, Makassar - 90222
Telepon (0411) 868879 Fax. 868879 Email: lemlitunm@yahoo.co.id

- * Puslit Kependudukan dan Lingkungan Hidup
- * Puslit Makanan Tradisional, Gizi dan Kesehatan
- * Puslit Pemberdayaan Perempuan
- * Puslit Pengembangan Ilmu Pendidikan
- * Puslit Budaya dan Seni Etnik Sulawesi
- * Puslit Pemuda dan Olah Raga

Nomor : 464/H36.9/PL/2013
Lamp : 1 (satu) eksp proposal
Hal : Izin Penelitian

Yth. Dekan FIK UNM
di Makassar

Dengan hormat disampaikan bahwa dosen yang tersebut di bawah ini:

Nama : Drs. Andi Rizal, M.Kes
NIP : 196411231990031002
Fakultas/Jurusan : FIK UNM

Akan melakukan penelitian dengan judul:

Analisis Kontribusi Daya Ledak Lengan dan Kelentukan Pergelangan Tangan terhadap Keterampilan Servis Panjang Permainan Bulutangkis pada Mahasiswa FIK UNM


Lokasi Penelitian : FIK UNM

Anggota tim penelitian: 1. Hasyim, S.Pd., M.Pd
2. Muh. Syahrir, S.Pd., M.Pd

Pelaksanaannya direncanakan selama 4 Bulan

Sehubungan dengan maksud tersebut, dimohon kiranya yang bersangkutan dapat diberikan izin untuk melakukan penelitian

atas bantuan dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.


Ketua,
Prof. Dr. H. Jufri, M.Pd
-NIP. 19591231 198503 1 016



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Alamat : Jl. Wijaya Kusuma Raya No. 14
Kampus Banta-Bantaeng ☎ 872602 Kode Pos 90222 Makassar.

SURAT IZIN PENELITIAN

Nomor : 3797/UN36.3/PL/2013

Berdasarkan surat Ketua Lembaga Penelitian UNM Nomor : 464/H36.9/PL/2013 perihal Izin Penelitian atas nama :

Nama : Drs. Andi Rizal, M.Kes.
NIP : 19641231 199003 1 002
Fakultas /Jurusan : FIK UNM / Pend. Olahraga

Pada prinsipnya kami menyetujui pelaksanaan penelitian tersebut dengan judul :

" ANALISIS KONTRIBUSI DAYA LEDAK LENGAN DAN KELENTUKAN PERGELANGAN TANGAN TERHADAP KETERAMPILAN SERVIS PANJANG PERMAINAN BULUTANGKIS PADA MAHASISWA FIK UNM "

Demikian surat izin ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Makassar, 10 Oktober 2013

Dekan, *6*



US Dr. Arifuddin Usman, M.Kes
NIP. 19650313 199003 1 003

Tembusan :

1. Ketua Lembaga Penelitian UNM.
2. Arsip.



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN

UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Alamat : Jl. Wijaya Kusuma Raya No. 14

Kampus Banta-Bantaeng Telp. 872602 Kode Pos 90222 Makassar

SURAT KETERANGAN

Nomor: *3091A*/UN36.3/PL/2013

Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar menerangkan bahwa:

Nama : Drs. Andi Rizal, M.Kes
NIM : 19641123 199003 1 002
Jabatan : Sekretaris Jurusan Pendidikan Olahraga FIK UNM

Telah melaksanakan penelitian di FIK UNM pada bulan Juli s.d Oktober 2013 dengan judul penelitian:

"Analisis Kontribusi Daya Ledak Lengan dan Kelentukan Pergelangan Tangan terhadap Keterampilan Service Panjang Permainan Bulu Tangkis pada Mahasiswa FIK UNM Makassar"

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Makassar, 24 Oktober 2013

Dekan, *6*



Drs H. Arifuddin Usman, M.Kes
NIP. 19650313 199003 1 003